CLÍNICA DEL ADOLESCENTE

Un espacio para la aceptación y el crecimiento sano

La Clínica del Adolescente acumula más de 40 años de labor especializada en la psicoterapia grupal, lo cual la convierte en un centro único en el país.

Texto y foto:
Mónica Sardiña Molina

Podría pasar desapercibida entre las viviendas señoriales que distinguen el tramo de la Carretera Central aledaño al estadio Augusto César Sandino, en la ciudad de Santa Clara. Pero esa, pintada de azul, no es una casa cualquiera. Se trata de la Clínica del Adolescente, un centro único en el país, que surgió hace más de 40 años, cuando se produjo un alza de las conductas suicidas en la provincia, y se especializa en psicoterapia grupal, aunque también desarrolla psicoterapia individual y de familias.

La Dra. Marisleidys Díaz Pérez, psiquiatra infantil y jefa de servicio de Atención al Adolescente en Villa Clara, explica que allí llegan adolescentes en el rango de los 13 a los 18 años de edad que enfrentan disímiles conflictos, y de cuya atención se ocupa un equipo de psiquiatras, enfermeras, psicólogas, psicopedagogas y terapistas ocupacionales, a los que se suma el personal de servicio.

Al indagar mediante qué vías llegan los adolescentes a la clínica, especificó que, al tratarse de un centro especializado, normalmente llevan la evaluación de un especialista, tanto de los centros comunitarios de Salud como de la Sala de Salud Mental del hospital pediátrico José Luis Miranda, luego de un egreso. En algunas ocasiones se acercan madres recién enteradas de la existencia de la clínica y quieren atender allí a sus hijos. Otros casos son remitidos por las casas de orientación a las mujeres y las familias o las escuelas, a través de los psicopedagogos.

Dos condiciones resultan imprescindibles: «voluntariedad de los adolescentes para cambiar su forma de pensar y de actuar y consentimiento de la familia. Se hace un compromiso terapéutico con consentimiento informado, un ingreso parcial y la correspondiente historia clínica», precisó.

Los grupos son cerrados y pueden tener entre 15 y 30 integrantes. La duración de la terapia depende de la evolución que experimenten y, generalmente, se extiende por tres o cuatro meses en sesiones semanales, «porque el cambio no se logra de un día para otro».

Al resumir los principales pasos de la terapia, la especialista detalla que las primeras sesiones se centran en que los participantes se conozcan, compartiendo información básica como el nombre, la escuela en la que estudian, qué les gusta y qué no, con quién viven…, «porque ninguno sabe quiénes son los demás y para lograr una dinámica grupal necesitamos que se vayan relacionando. En los primeros encuentros casi no se miran, porque no se conocen, pero a partir de la tercera o cuarta sesión, se agrupan, se saludan y están más desinhibidos».

Luego, corresponde un proceso de autoconocimiento, tanto de sí mismos como de su entorno. «En este punto escuchamos frases como "Yo soy un poco impulsivo", "Pensaba que en mi casa y mi familia todo funcionaba bien, pero no es así" o "Algo está pasando en mi escuela"».

Por último, llegan las soluciones, a través de las herramientas que les ofrecen los profesionales para lidiar con los problemas que ya identificaron: «Si alguno ya sabe que es impulsivo y quiere cambiar, le decimos qué hacer ante la ira, cómo controlarse; le hacemos entender que ese es un rasgo de su personalidad, pero no está bien, porque puede ocasionarle problemas. Si alguien tiene dificultades para comunicarse con su familia, porque no le dedican tiempo o solo responden con gritos, le hacemos entender que tiene el derecho de ser escuchado en su casa y que hay maneras de lograrlo».

En cuanto a las particularidades de la psicoterapia grupal, la jefa de servicio de Atención al Adolescente refiere que en las sesiones siempre hay un equipo profesional con un psiquiatra al frente, que no se comporta como un profesor impartiendo una clase, sino como un facilitador, aplicando técnicas para fomentar la dinámica del grupo.

«Siempre nos gusta que en el grupo haya alguien con chispa, que participe, que tenga facilidad de palabra. No obstante, hemos tenido adolescentes callados que cuando les corresponde hablar, porque tratamos de que todos lo hagan, hacen unas reflexiones maravillosas.

«Pueden surgir opiniones negativas, pero debe rebatirlas el resto de los integrantes. Siempre habrá alguien intentando boicotear la actividad y tenemos que estar preparados para ello. En el caso de los adolescentes que no toleran el ambiente grupal, continuamos el seguimiento con terapia individual», añadió.

Respecto a los conflictos más comunes que motivan la llegada de los adolescentes a la clínica, según la Dra. Marisleidys Díaz Pérez, hay tanta diversidad que resulta llamativa. Sobresalen las disfuncionalidades familiares, la falta de comunicación y la soledad que perciben los adolescentes. «A muchos los trae el abuelo, la abuela, una tía, y al indagar, conocemos que no hay presencia parental, debido a la desestructuración que ha generado la migración, entre otros factores», acotó.

También aprecian conflictos relacionados con la orientación sexual, la adicción a la tecnología, que genera dificultades para las relaciones en el entorno familiar, escolar y social; los trastornos neuróticos, las fobias sociales y las alteraciones conductuales, especialmente, las incipientes, que no constituyen delitos.

El bullying o acoso escolar resulta muy frecuente, sobre todo en la enseñanza secundaria; aunque la psiquiatra reconoce que en general es una continuidad de la primaria y cuando llega la adolescencia el pensamiento cambia, se vuelve más analítico y reflexivo.

La diversidad de los conflictos guarda estrecha relación con la complejidad de esta etapa del desarrollo, caracterizada por disímiles cambios físicos, psicológicos y hormonales. La psiquiatra cita el descubrimiento de la identidad sexual, las primeras relaciones, los cambios de pareja, la aparición de complejos e inseguridades, la impulsividad, la necesidad de pertenencia a un grupo, la formación del sistema de valores y el surgimiento del interés profesional.

«Desde fuera se ve sencillo, pero para el adolescente es bastante complejo. La sociedad es muy fuerte. Y generalmente los tratamos como niños, pero queremos que se comporten como adultos. Todo eso trae conflictos, aunque es una edad muy bonita. Ojalá todas las familias pudieran acompañarlos en cada paso y generar la confianza que necesitan», valoró.

Si en casa los adolescentes viven gran parte de estos cambios y conflictos, resulta imprescindible el trabajo paralelo con las familias. En tal sentido, la psicoterapia familiar depende de las necesidades que surjan en las sesiones grupales con los adolescentes. Casi siempre, al final, se realiza un encuentro con padres, para que expresen si perciben o no una mejoría en el comportamiento de sus hijos.

«Las sesiones son fuertes, yo diría que tristes. Sabemos todas las situaciones complejas que estamos viviendo, pero buscamos maneras de llegar a los padres. Les hacemos ver que esas personitas que hoy viven en conflicto no pidieron venir al mundo, y que transiten hacia la edad adulta de la mejor manera posible constituye una responsabilidad familiar. Muchos lloran en ese momento, porque se dan cuenta de que realmente no les están haciendo bien.

«Nosotros no somos quiénes para decirles cómo criar y educar. Los orientamos, les preguntamos si la forma en que lo están haciendo ha dado buenos resultados y les proponemos cambiarla. Les brindamos acompañamiento y muchos lo agradecen.

«La familia resulta el eje fundamental. Si tienes un hogar donde te apoyan, te escuchan, te ayudan a solucionar los problemas, te regañan cuando es necesario y de manera constructiva, te aconsejan, no te golpean, te quieren, te acompañan y te respetan, todo lo demás funcionará bien.

«En estos momentos la familia está bastante colmada de situaciones, pero existen maneras para hacerles entender que un niño no solo carga la merienda que tanto trabajo cuesta conseguir. Esa mochila lleva un peso emocional, de temores, preocupaciones, inseguridades, y todo hay que verlo.

«Hay que buscar el espacio y el momento para conversar con los adolescentes, darles cariño, mostrar interés por lo que les preocupa y ganarse su confianza. Puede que al principio no digan nada, pero en algún momento se irán abriendo, acercándose. Detrás de cada situación hay un motivo y tenemos que buscarlo, sin cuestionar, criticar ni golpear; escuchándolos, prestándoles atención, enseñándoles a vivir sus propias experiencias sin asfixiarlos».

La terapia no beneficia exclusivamente a los adolescentes, su núcleo familiar, el círculo de amigos o el entorno escolar. A los profesionales implicados también los nutre el trabajo con cada grupo, y así lo constata la jefa del servicio:

«Ha sido maravilloso, con tantos aprendizajes que muchas veces me pregunto: ¿Estoy actuando bien con mi hija? En mi caso, la especialidad de psiquiatría me aporta mucho en la vida, porque me da herramientas para afrontar una serie de situaciones en el día a día. Pero desde este pedacito de la psicoterapia grupal, cuando entramos a una sesión y conocemos a esos adolescentes que muchos catalogan como mal educados, malcriados, altisonantes, encontramos historias que nos calan hondo.

«Tiene que existir empatía, esa capacidad de ponernos en el lugar de ellos, para entender qué factores influyen en que se comporten así. Este no es lugar para ofensas, críticas ni burlas. Lo que digan importa, toda reflexión es válida y cada confidencia queda de este lado de la puerta. Por eso les gusta venir y nosotros nos sentimos importantes para ellos. Es un techo que te abraza».

Allí permanece la casa azul de fachada apacible que brinda espacio seguro a grupos diversos que encuentran siempre un motivo común para abrazarse, auxilio profesional para lidiar con tormentos que merecen toda la atención y el respeto, puertas abiertas a padres dispuestos a crecer a la par de sus hijos, y un salvoconducto para poner en pausa el ajetreo cotidiano, porque el futuro sano hay que comenzar a construirlo hoy.



La Dra. Marisleidys Díaz Pérez, al frente del servicio de Atención al Adolescente, encuentra en la psicoterapia grupal una oportunidad para la realización profesional y el crecimiento personal.